

題 名： ふまねっとサポーター養成講習会 開催のお知らせ

本 文

地域包括支援センターから ふまねっとサポーター養成講習会 開催のお知らせです。

7月28日 水曜日 午後1時から 総合センター 大ホール にて  
ふまねっとサポーター養成講習会 を開催します。

ふまねっと運動は、50センチ四方のマス目でできた 大きなあみを床に敷き、この網を踏まないように ゆっくり、慎重に歩く運動で、歩行や認知機能の改善が期待できます。

愛別町では、健康づくりや地域づくりなどに役立てていただこうと、令和元年度からふまねっと運動の取り組みを行っており、今回の講習会では、ふまねっと運動を安全に正しく指導するための、資格を取得することができます。

現在、愛別町内には24名のサポーターがおり、毎月の自主練習会でお互いの技術を磨き、老人クラブの例会で体験会を開催するなどの活動をしています。

ふまねっと運動にご興味のある方、是非一緒に活動しませんか。

受講料は7,000円ですが、今回は愛別町から助成がありますので、2,000円で受講することができます。

受講を希望される方は、7月16日金曜日までに 地域包括支援センター 電話 6-4771へ お申し込みください。

ご不明な点は、広報あいべつ7月号または愛別町のフェイスブックをご覧ください。どうか、愛別町地域包括支援センター 電話 6-4771 までお問合せください。

以上、ふまねっとサポーター養成講習会 開催のお知らせでした。